

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK  
(*FLIP CHART*) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
HAMIL TENTANG ASI EKSKLUSIF  
DI PUSKESMAS TUBAN KABUPATEN TUBAN**

**SKRIPSI**



Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Ijazah S1 Ilmu Gizi

Oleh :

**NERITA AWANDA PUTRI**

**J 310 171 081**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2019**

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK  
(*FLIP CHART*) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU  
HAMIL TENTANG ASI EKSKLUSIF  
DI PUSKESMAS TUBAN KABUPATEN TUBAN**

Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Ijazah

**S1 Ilmu Gizi**

Oleh :

**NERITA AWANDA PUTRI**

**J 310 171 081**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2019**

**PRGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
SKRIPSI**

**ABSTRAK**

**NERITA AWANDA PUTRI. J310171 081**

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK  
(*FLIP CHART*) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL  
TENTANG ASI EKSKLUSIF DIPUSKESMAS TUBAN  
KABUPATEN TUBAN**

**Pendahuluan:** Pengetahuan ibu berkaitan dengan ASI eksklusif sudah harus di mulai ketika ibu masih dalam keadaan hamil, sehingga ibu dapat mempersiapkan pemberian ASI eksklusif dengan baik dan benar. Peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait dengan ASI eksklusif dapat ditingkatkan dengan adanya pendidikan gizi, salah satunya dengan penyuluhan, media yang digunakan dalam penyuluhan adalah lembar balik. Berdasarkan survey pendahuluan cakupan ASI eksklusif Puskesmas Tuban tahun 2017 sebesar 61,7% masih dibawah standart kabupaten Tuban yaitu 64,6%.

**Tujuan :** Mengetahui pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik (*Flip Chart*) terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang ASI eksklusif di Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban.

**Metode :** Penelitian kuantitatif jenis *quasi eksperimental* dengan rancangan penelitian *one group pretest postes design*. Terdiri dari 64 sampel ibu hamil, diambil dari 4 desa di wilayah kerja Puskesmas Tuban. Data *pretest* diambil sebelum intervensi berupa penyuluhan tentang ASI eksklusif sebanyak satu kali dengan penyuluhan menggunakan media lembar balik, 2 minggu kemudian diambil *posttest*. Analisa data menggunakan *Uji Wilcoxon* yang sebelumnya telah di uji kenormalan datanya.

**Hasil:** Pengetahuan sebelum dilakukannya penyuluhan memiliki nilai baik sebesar 36,7%, setelah dilakukannya penyuluhan pengetahuan meningkat yaitu menjadi 85%. Sebelum dilakukan penyuluhan sikap positif 33,3%, setelah dilakukannya penyuluhan sikap meningkat sebesar 86,7%. Ada pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif (nilai  $p=0,000$ ) dan ada pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik terhadap sikap ibu hamil tentang ASI eksklusif (nilai  $p=0,000$ ).

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang ASI eksklusif.

**Kata Kunci:** Ibu Hamil, ASI Eksklusif, Pengetahuan, Sikap, Lembar Balik (*Flip Chart*)

**DEPARTEMENT OF NUTRITION SCIENCE  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
THESIS**

**ABSTRACT**

**NERITA AWANDA PUTRI. J310171 081**

**THE INFLUENCE OF COUNSELING USING FLIP CHART TO THE  
KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF PREGNANT WOMEN ABOUT EXCLUSIVE  
BREASTFEEDING IN TUBAN HEALTH CENTER IN TUBAN DISTRICT**

**Introduction:** Mother's knowledge on the importance of exclusive breastfeeding should have started when the mother is still in a phase of pregnancy, so that she can prepare exclusive breastfeeding properly. Increased knowledge of pregnant women about exclusive breastfeeding can be enhanced by the existence of nutritional education, one of them with counseling through flip chart media. Based on the preliminary survey of exclusive breastfeeding in Tuban health center, the coverage of the implementation of the program in 2017 was still 61,7% and it had not reached standard yet, which was 64,4%.

**Purpose:** This research aimed to find the effect of counseling using flipchart to the knowledge and attitude of pregnant women about exclusive breastfeeding in Tuban Health Center in Tuban District.

**Research Methodology:** This research belonged to a quantitative research applying study design of quasi experimental design with one group pretest posttest design. The subjects involved in this research consisted of 64 samples of pregnant women, taken from four villages in Tuban Health Center. Pretest data were collected before the intervention in the form of counseling on exclusive breastfeeding as much as one with a flip chart, and then, two weeks later, they were given posttest. Analysis of the data used the Wilcoxon Test which had been validated previously in normality test data.

**Result:** Mother's knowledge prior to the counseling had a good value of 36,7%, following an increase of knowledge after joining counseling that was 85%. Before counseling positive attitude was 33,3%, and the positive attitude increased to 86,7% after getting counseling. There was positive influence from the using of the flip chart to the level of knowledge of pregnant women about exclusive breastfeeding ( $p = 0,000$ ). Furthermore, there was no influence of illumination with a flip chart against the attitude of pregnant women about exclusive breastfeeding ( $p = 0,000$ ).

**Conclusion:** There was the effect of counseling with flip chart on the knowledge and attitude of pregnant women about exclusive breastfeeding.

**Keywords:** Pregnant Women, Exclusive Breastfeeding, Knowledge, Attitude, Flip Chart

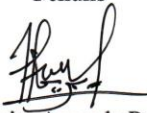
## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

**Surakarta, 24 Agustus 2019**

Penulis



Nerita Awanda Putri

J 310 171 081

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**Berjudul :**

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK  
(FLIP CHART) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL  
TENTANG ASI EKSKLUSIF DI PUSKESMAS TUBAN  
KABUPATEN TUBAN**

**Oleh:**

**NERITA AWANDA PUTRI**

**J 310 171 081**

**Dipertahankan di hadapan Tim Penguji  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada tanggal : 02 Agustus 2019**

**Pembimbing**




**Susi Dyah Puspowati, SP., M.Si  
NIP. 19740517 2005012 007**

**Penguji :**

1. Susi Dyah Puspowati, SP., M.Si (.....)
2. Siti Zulaekah, A, M.Si (.....)
3. Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi (.....)

**Menyetujui,  
Kaprodi Ilmu Gizi**

  
**Endang Nur Widyaningsih, S.ST., M.Si Med.**  
**NIK/NIDN. 717/06-2908-7401**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta**



  
**Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes**  
**NIK/NIDN. 786/06-1711-7301**

## **MOTTO**

*MAN JADDA WAJADA*

Siapa bersungguh-sungguh pasti berhasil

*MAN SHABARA SHAFIRA*

Siapa yang sabar pasti beruntung

*MAN SARA ALA DARBI WASHALA*

Siapa menapaki jalanNya akan sampai ke tujuan

Jangan menuntut Tuhanmu karena tertundanya keinginanmu,

Tapi tuntutlah dirimu karena menunda adabmu kepada Allah

-Ibnu Atha'illah As-Sakandari-

It's great to be ambitious and iam for more and more to be happy in the future,

as I've lived up until now,

but I think it's one of the nicest ways to life,

if you know how to enjoy what is in the present

-BTS-

Happiness in not something that you have to achieve,

You can still feel happy during the process of achieving something

-Kim Namjoon-

## HALAMAN PERSEMBAHAN



Atas izin Allah Subhanahu wa Ta'ala, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah Subhanahu wa Ta'ala yang dengan bantuan pertolongan dan izinNya penulis dapat berjuang memberikan yang terbaik menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu dan Ayah yang tak henti-hentinya selalu memberikan do'a, dukungan moral dan materi, serta selalu menjadi motivasi terbaik.
3. Adekku Nisrina Salwa Putri yang telah memberikan do'a dan dukungan serta menjadi penghibur dikala pengerjaan skripsi ini.
4. Ibu Susi Dyah Puspowati, SP, M.Si selaku dosen pembimbing, terimakasih untuk semua waktu, ilmu dan nasehat yang telah diberikan
5. Hibatul Haqqi Laksana terimakasih untuk waktu, motivasi dan perhatian yang telah diberikan selama pembuatan skripsi ini.
6. Sahabat-sahabatku Nissa, Lestari, Farida, Husnul dan Rizki terimakasih untuk perhatian, suasana, motivasi dan kebersamaannya.
7. Teman-teman S1 Ilmu Gizi Transfer angkatan 2017, terimakasih untuk 2 tahun yang kita habiskan bersama untuk berjuang dalam menuntut ilmu. Selamat berjuang dengan kecemasan masing-masing, semoga kita bisa mengatasinya suatu hari nanti. Sampai jumpa dengan cerita kenyamanan yang berbeda, jangan lupa bahagia. .



## **RIWAYAT HIDUP**

### **A. Identitas**

Nama : Nerita Awanda Putri

Tempat, tanggal lahir : Tuban, 30 Juni 1994

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jl. Apel, RT.03, RW.04, Kelurahan  
Perbon, Kecamatan Tuban, Kabupaten  
Tuban, Jawa Timur

### **B. Riwayat Pendidikan**

1. Lulus TK Semen Gersik, Merakurak, Tuban tahun 2001.
2. Lulus SD N Latsari 3 Tuban tahun 2007.
3. Lulus SMP N 7 Tuban tahun 2010.
4. Lulus SMA Darul Ulum 2 Unggulan BPPT Jombang tahun 2013.
5. Lulus DIII Poltekkes Kemenkes Semarang, Semarang tahun 2016.
6. Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sejak 2017.

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Penyuluhan dengan Media Lembar Balik (*Flip Chart*) Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Asi Eksklusif di Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh ijazah S1 Ilmu Gizi di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini, yaitu kepada:

1. Dr. Sofyan Anif, M. Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Ibu Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur Widyaningsih, S.ST., M.Si Med., selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Susi Dyah Puspowati, SP., M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan Skripsi.
5. Seluruh Dosen dan Staff Program Studi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah bapak/ibu berikan.
6. Ayah dan Ibu atas kasih sayang, pengorbanan dan doa yang tak pernah putus.
7. Bapak Ahli gizi, Ibu Bidan di seluruh wilayah kerja Puskesmas Tuban, Kabupaten Tuban yang telah mengijinkan dan membantu selama proses penelitian
8. Teman-tean S1 Ilmu Gizi Transfer Angkatan 2017 terimakasih atas dukungan dan semangat yang telah diberikan

9. Seluruh pihak yang terkait dalam proses pembuatan Skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat kekurangan serta jauh dari sempurna dikarenakan keterbatasan ilmu dan pengetahuan penulis. Oleh karena itu, segala kritik dan saran diharapkan penulis demi perbaikan skripsi ini.

Surakarta, 2 Agustus 2019

Nerita Awanda Putri

5. Penyuluhan Gizi .....	12
6. Media Lembar Balik .....	14
7. Pengetahuan .....	15
8. Sikap.....	17
9. Pengaruh Media Lembar Balik dengan Peningkatan Pengetahuan dan Sikap.....	18
10. Internalisasi Nilai-Nilai Islam .....	19
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep .....	23
D. Hipotesis Penelitian.....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	24
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	26
D. Variabel Penelitian .....	28
E. Definisi Operasional.....	28
F. Pengumpulan Data .....	30
G. Langkah-Langkah Pengumpulan Data .....	31
H. Pengolahan dan Analisa Data .....	37
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	41
B. Karakteristik Ibu Hamil.....	42
C. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Lembar Balik .....	45
D. Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Lembar Balik .....	48
E. Pengaruh Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif.....	51
F. Pengaruh Sikap Tentang ASI Eksklusif .....	54

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRAK .....	iii
ABSTRACT.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
HALAMAN PERSETUJUAN.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
MOTTO .....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	ix
RIWAYAT HIDUP.....	x
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Ruang Lingkup.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Landasan Teori.....	6
1. ASI dan ASI Eksklusif .....	6
2. Komposisi ASI.....	7
3. Tujuan Pemberian ASI Eksklusif.....	11
4. Manfaat Pemberian ASI.....	11

5. Penyuluhan Gizi .....	12
6. Media Lembar Balik .....	14
7. Pengetahuan .....	15
8. Sikap.....	17
9. Pengaruh Media Lembar Balik dengan Peningkatan Pengetahuan dan Sikap.....	18
10. Internalisasi Nilai-Nilai Islam .....	19
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep .....	23
D. Hipotesis Penelitian.....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	24
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	26
D. Variabel Penelitian .....	28
E. Definisi Operasional.....	28
F. Pengumpulan Data .....	30
G. Langkah-Langkah Pengumpulan Data .....	31
H. Pengolahan dan Analisa Data .....	37
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	41
B. Karakteristik Ibu Hamil.....	42
C. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Lembar Balik .....	45
D. Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan dengan Media Lembar Balik .....	48
E. Pengaruh Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif.....	51
F. Pengaruh Sikap Tentang ASI Eksklusif .....	54

## BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....57

B. Saran.....57

DAFTAR PUSTAKA .....x

LAMPIRAN.....xi

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan Komposisi ASI, Susu Sapi dan Susu Formula .....	18
Tabel 2. Jadwal Penelitian.....	25
Tabel 3. Sampel Penelitian.....	28
Tabel 4. Definisi Operasional .....	29
Tabel 5. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan .....	32
Tabel 6. Kisi-Kisi Kuesioner Sikap .....	32
Tabel 7. Lembar Balik ASI Eksklusif .....	33
Tabel 8. Hasil Uji Validitas.....	35
Tabel 9. Hasil Uji Lembar Balik .....	36
Tabel 10. Ketentuan Coding .....	39
Tabel 11. Sarana Kesehatan di Puskesmas Tuban Tahun 2018 .....	41
Tabel 12. Distribusi Responden Berdasarkan Usia .....	42
Tabel 13. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu .....	43
Tabel 14. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu .....	44
Tabel 15. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah penyuluhan .....	45
Tabel 16. Persentase Skor Jawaban Benar Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	46
Tabel 17. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	49
Tabel 18. Persentase Skor Jawaban Benar Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	50
Tabel 19. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	51
Tabel 20. Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	54



## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka Teori.....	22
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	23

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Kuesioner Penyaring
- Lampiran 2. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Identitas Responden
- Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 5. Kuesioner Sikap
- Lampiran 6. Kuesioner Penilaian Lembar Balik
- Lampiran 7. Master Data
- Lampiran 8. Hasil Ouput SPSS
- Lampiran 9. Lembar Balik